



BAGNI DI PISA  
TUSCANY

ПРОГРАММА EQUILIBRIUM  
ДИЕТА. ТЕЛО. РАЗУМ

A MEMBER OF



Italian  
Hospitality  
Collection



## BAGNI DI PISA TUSCANY

### ПРОГРАММА EQUILIBRIUM

Equilibrium – это инновационный метод формирования здорового образа жизни и хорошего самочувствия. А благодаря атмосфере спокойствия и красоты природы, которые окружают отель Bagni di Pisa, философия Equilibrium реализуется в полной мере. Семидневная программа базируется на четырех составляющих: техниках для релаксации; специально подобранной микробиотической диете; физических нагрузках и термальных процедурах. Equilibrium помогает обрести идеальную форму и начать новый, здоровый образ жизни.



#### Программа включает

- 7 дней процедур с индивидуально подобранной диетой
- Персональную микробиотическую противовоспалительную диету, восстанавливающую микрофлору

#### Термальные процедуры в SPA

- Термальные Термальные бассейны 38°C с гидромассажем, термальный бассейн Bioaquat с гидромассажем
- Thalaquam, соленый бассейн, Bagno di Minerva с гидромассажем,
- Турецкая баня и сауна

#### Консультации, анализы и процедуры

- Утренние прогулки по окрестностям с персональным тренером
- Медицинская консультация с PNEI коучем с использованием программы Pneisystem®
- Анализы крови на свободные радикалы, антиоксиданты, гликированный гемоглобин, индекс матричного воспаления, уровень насыщения крови кислородом
- Анализ мочи на кислотность и анализ на дисбактериоз
- Консультация диетолога с антропометрическими анализами (психометрия и инпедансометрия)
- Персональная диетическая программа: микробиотическая диета – средиземноморская, противовоспалительная, восстанавливающая микрофлору
- Кулинарный мастер класс с шеф-поваром и биологом-нутриционистом
- 5 занятия фитнесом в термальной воде
- 5 термальных процедур (грязевое обертывание или подводный массаж в термальной воде)
- Техники расслабления в соответствии с протоколом Benson-Henry
- 3 персонализированных процедуры 70 минут
- 2 персонализированных процедуры 50 минут
- Контроль врача и диетолога
- Каталог Kit Blue для печати, Подробный отчет с инструкциями терапевтов и профилактическими процедурами, вместе со всеми результатами

#### СТОИМОТЬ

- |                          |   |          |
|--------------------------|---|----------|
| • Superior               | € | 2.615,00 |
| • Deluxe                 | € | 2.717,00 |
| • Junior Suite Exclusive | € | 2.992,00 |

27/12/2019-3/1/2020

- |                          |   |          |
|--------------------------|---|----------|
| • Superior               | € | 3.601,00 |
| • Deluxe                 | € | 3.821,00 |
| • Junior Suite Exclusive | € | 4.330,00 |

Стоимость указана за человека / за весь пакет при проживании в 2-местном номере.

A MEMBER OF

**H** Italian  
Hospitality  
Collection

**LH**  
GROUP  
THE LEADING HOTELS  
OF THE WORLD

BAGNI DI PISA

Largo Shelley 18, 56017 San Giuliano Terme, Pisa

Tel. +39 0578.572333 | travel@bagnidipisa.com

bagnidipisa.com



BAGNI DI PISA  
TUSCANY

### ПРОГРАММА EQUILIBRIUM

Equilibrium – это новая философия формирования здорового образа жизни и правильного осознанного подхода к своему здоровью. Три дня, четыре главных составляющих, в окружении природы и в атмосфере спокойствия отеля Bagni di Pisa: техники для релаксации; специально подобранная микробиотическая диета; физические нагрузки и



#### Программа включает

- 3 дней процедур с индивидуально подобранной диетой
- Персональную микробиотическую противовоспалительную диету, восстанавливающую микрофлору

#### Термальные процедуры в SPA

- бассейны 38° C с гидромассажем, термальный бассейн Bioaquam с Термальными гидромассажем
- Thalaquam, соленый бассейн, Bagno di Minerva с гидромассажем,
- Турецкая баня и сауна

#### Консультации, анализы и процедуры

- Утренние прогулки по окрестностям с персональным тренером
- Медицинская консультация с PNEI коучем с использованием программы Pneisystem®
- Анализы крови на свободные радикалы, антиоксиданты, гликированный гемоглобин, индекс матричного воспаления, уровень насыщения крови кислородом
- Анализ мочи на кислотность и анализ на дисбактериоз
- Консультация диетолога с антропометрическими анализами (психометрия и педансометрия)
- Персональная диетическая программа: микробиотическая диета – средиземноморская, противовоспалительная, восстанавливающая микрофлору
- Кулинарный мастер класс с шеф-поваром и биологом-нутриционистом
- 2 занятия фитнесом в термальной воде
- 2 термальных процедуры (грязевое обертывание или подводный массаж в термальной воде)
- Техники расслабления в соответствии с протоколом Benson-Henry
- 1 персонализированная процедура 70 минут
- 1 персонализированная процедура 50 минут
- Контроль врача и диетолога
- Каталог Kit Blue для печати, Подробный отчет с инструкциями терапевтов
- и профилактическими процедурами, вместе со всеми результатами

#### СТОИМОСТЬ

- |                          |   |        |
|--------------------------|---|--------|
| • Superior               | € | 521,00 |
| • Deluxe                 | € | 565,00 |
| • Junior Suite Exclusive | € | 682,00 |

#### 27/12/2019-3/1/2020

- |                          |   |          |
|--------------------------|---|----------|
| • Superior               | € | 943,00   |
| • Deluxe                 | € | 1.037,00 |
| • Junior Suite Exclusive | € | 1.256,00 |

Стоимость указана за человека / за весь пакет при проживании в 2-местном номере.

A MEMBER OF

**IH**  
Italian  
Hospitality  
Collection

**LHW**  
THE LEADING HOTELS  
OF THE WORLD

BAGNI DI PISA

Largo Shelley 18, 56017 San Giuliano Terme, Pisa  
Tel. +39 0578.572333 | travel@bagnidipisa.com  
bagnidipisa.com





**BAGNI DI PISA**  
TUSCANY

### ИНТЕНСИВНАЯ ПРОГРАММА ПОХУДЕНИЯ

Программа базируется на новейших разработках в области функционального питания и нутрицевтики. Диетический режим питания, индивидуально подобранный для каждого гостя, основанный на употреблении функциональных продуктов, богатых пищевыми волокнами, пребиотиков, кисломолочных продуктов, продуктов, обладающих антиоксидантным действием. Эффект похудения достигается благодаря противовоспалительному действию, а также укреплению иммунной системы. Термальная вода, специальные процедуры, а также гидроколонтотерапия дополняют программу, внося значительный вклад в здоровье и хорошее самочувствие.



#### ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ

- 7 дней процедур с индивидуально подобранной диетой

#### УСЛУГИ СПА

- Посещение термальных бассейнов (38С), термального бассейна Bioaquam
- Посещение бассейна с соленой водой Thalaquam и бассейна Minerva с гидромассажами, Посещение турецкой бани и сауны

#### КОНСУЛЬТАЦИИ, ОБСЛЕДОВАНИЯ, ПРОЦЕДУРЫ

- Анализы крови на свободные радикалы, антиоксиданты, гликированный гемоглобин, а также измерение уровня насыщения крови кислородом
- Анализ мочи на уровень рН, Консультация диетолога с антропометрическими анализами
- Персональная диетическая программа: микробиотическая средиземноморская диета, восстанавливающая микрофлору
- 2 встречи с врачом и диетологом, 3 встречи с наблюдающим врачом
- 5 занятий фитнесом в термальной воде, 50 минут
- 6 грязевых обертываний, 50 минут
- 3 лимфодренажных или персонализированных массажа, 80 минут
- 3 процедуры Solidarium (расслабляющая кровать из горячих кристаллов соли), 20 минут
- 3 сеанса иглоукалывания, 50 минут; 3 процедуры обертывания с использованием листьев водоросли ламинария, 80 минут
- 2 сеанса гидроколонтотерапии, Ежедневный обед с диетологом и наблюдающим врачом, 1 кулинарный мастер класс с шеф-поваром

#### НУТРИЦЕВТИКА, ИМУННОЛОГИЧЕСКАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ

- Ежедневный прием кефира, богатого лакто бактериями, и облепихового сока, - натурального источника витаминов.
- Ежедневный прием травяных настоев на основе эхинацеи, астрагала и ункаррии
- Ежедневный прием бактериальных лизатов на основе зерна, улучшающих энзимный обмен в тканях.

#### СТОИМОСТЬ

- |                          |   |          |
|--------------------------|---|----------|
| • Superior               | € | 3.515,00 |
| • Deluxe                 | € | 3.617,00 |
| • Junior Suite Exclusive | € | 3.892,00 |

27/12/2019-3/1/2020

- |                          |   |          |
|--------------------------|---|----------|
| • Superior               | € | 4.501,00 |
| • Deluxe                 | € | 4.721,00 |
| • Junior Suite Exclusive | € | 5.230,00 |

Стоимость указана за человека / за весь пакет при проживании в 2-местном номере.



**BAGNI DI PISA**  
TUSCANY

### ЩЕЛОЧНАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ

Программа, которая помимо похудения помогает нормализовать кислотность тканей. Индивидуальная диета составлена на основе ощелачивающих продуктов, которые уменьшают воспалительный процесс, защищают от окисления и блокируют действие свободных радикалов. Используются специальные напитки, обладающие ощелачивающим действием, которые назначаются индивидуально и по особой прогрессирующей схеме. Программа включает также дренажные процедуры, помогающие процессу детоксикации, такие как гидроколонотерапия, а также процедуры на основе термальной воды, которая имеет противовоспалительный эффект, выводит токсины и обладает антиоксидантным действием.



#### ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ

- 7 дней процедур с индивидуально подобранной диетой
- Персонально разработанное меню: средиземноморская диета, основанная на восстановлении микробиотического баланса организма

#### УСЛУГИ СПА

- Посещение термальных бассейнов (38С), бассейна Bioaquam с гидромассажем
- Посещение бассейна с соленой водой Thalaquam и бассейна Minerva с гидромассажами, Посещение турецкой бани и сауны

#### КОНСУЛЬТАЦИИ, ОБСЛЕДОВАНИЯ, ПРОЦЕДУРЫ

- Анализы крови на свободные радикалы, антиоксиданты, гликированный гемоглобин, а также измерение уровня насыщения крови кислородом, Анализ мочи на уровень pH
- Консультация диетолога с антропометрическими анализами
- Персональная диетическая программа: микробиотическая средиземноморская диета, восстанавливающая микрофлору
- 2 встречи с врачом и диетологом, 5 занятий фитнесом в термальной воде, 3 персонально подобранных эстетических процедуры, 50 минут
- 3 процедуры для тела Endosphere, 50 минут
- 6 подводных массажей, 25 минут, 3 персонализированных массажа, 80
- 3 сеанса паровой бани в Великокняжеском Гротте (Grotta dei Granduchi), 1 кулинарный мастер класс с шеф-поваром
- 2 процедуры гидроколотерапии, Ежедневный обед с диетологом и сопровождающим врачом
- 6 обедов совместно с диетологом или вашим курортным врачом

#### СТОИМОСТЬ

- |                          |   |          |
|--------------------------|---|----------|
| • Superior               | € | 3.315,00 |
| • Deluxe                 | € | 3.417,00 |
| • Junior Suite Exclusive | € | 3.692,00 |

#### 27/12/2019-3/1/2020

- |                          |   |          |
|--------------------------|---|----------|
| • Superior               | € | 4.301,00 |
| • Deluxe                 | € | 4.521,00 |
| • Junior Suite Exclusive | € | 5.030,00 |

Стоимость указана за человека / за весь пакет при проживании в 2-местном номере.

A MEMBER OF

**H** Italian  
Hospitality  
Collection

**LH**  
THE LEADING HOTELS  
OF THE WORLD

BAGNI DI PISA

Largo Shelley 18, 56017 San Giuliano Terme, Pisa  
Tel. +39.0578.572333 | travel@bagnidipisa.com

bagnidipisa.com



## BAGNI DI PISA

TUSCANY

### ПРОГРАММА 3-Х ДНЕВНЫЙ ДЕТОКС

Ежедневно наш организм естественным образом избавляется от вредных веществ, образующихся в нашем теле вследствие метаболизма, и тех, что поступают к нам вместе с едой или в связи с загрязнением окружающей среды. Иногда только действий нашего организма не достаточно и количество токсинов начинает накапливаться. В таком случае необходимо помочь иммунной системе. Наша детокс-программа сочетает противовоспалительную и противоокислительную силу термальной воды, специальную диету и техники, позволяющие восстановить систему самоочищения организма, как например, гидроколонтотерапия и иглоукалывание.



#### ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ

- 3 ночи проживания
- Персонально разработанное меню: средиземноморская диета, направленная на восстановление микробиотического баланса организма

#### УСЛУГИ СПА

- Открытые и закрытые термальные бассейны с гидромассажем, температура воды 38 C
- Термальный бассейн Bioaquat с гидромассажем
- Бассейн Minevra, турецкая баня и сауна и бассейн с соленой водой и гидромассажем

#### КОНСУЛЬТАЦИИ, ОБСЛЕДОВАНИЯ И ПРОЦЕДУРЫ

- Консультация диетолога с антропометрическими анализами
- Персональная диетическая программа микробиотическая средиземноморская диета восстанавливающая микрофлору
- Консультация с врачом –тьютером
- 1 обследование с врачом диетологом
- 1 обследование на оксидативный стресс
- Ежедневная фитнес –прогулка с тренером (кроме воскресенья)
- 2 занятия фитнесом в термальной воде (50 минут)
- 1 сеанс гидроколонтотерапии
- 1 подводный массаж с зеленым чаем (25 минут)
- 1 процедура детокс рефлексологии (50 минут)
- 1 процедура, помогающая выводу токсинов (80 минут)
- 1 процедура иглоукалывания
- 2 обеда с врачом-тьютером
- 1 обед с врачом диетологом

#### СТОИМОСТЬ

- |                          |   |          |
|--------------------------|---|----------|
| • Superior               | € | 1.271,00 |
| • Deluxe                 | € | 1.315,00 |
| • Junior Suite Exclusive | € | 1.432,00 |

#### 27/12/2019-3/1/2020

- |                          |   |          |
|--------------------------|---|----------|
| • Superior               | € | 1.693,00 |
| • Deluxe                 | € | 1.787,00 |
| • Junior Suite Exclusive | € | 2.006,00 |

Стоимость указана за человека / за весь пакет при проживании в 2-местном номере.

BAGNI DI PISA

Largo Shelley 18, 56017 San Giuliano Terme, Pisa  
Tel. +39.0578.572333 | travel@bagnidipisa.com

bagnidipisa.com

A MEMBER OF

**H** Italian  
Hospitality  
Collection

**LHW**  
THE LEADING HOTELS  
OF THE WORLD

CON TUTTA LA NOSTRA PASSIONE